

ПРИНЯТ
Педагогическим Советом №1
ГБДОУ детский сад №51
Приморского района Санкт-Петербурга
Протокол №1 от 31.08.2026 года

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий ГБДОУ детский сад №51
Приморского района Санкт-Петербурга
С.В. Краевая
Приказ № 46 - Д от 31.08.2026 года



**Режим двигательной активности
старшей группы (5-6 лет) «Солнышко -1»
оздоровительной направленности
на 2026-2027 учебный год**

Режимные моменты	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Утренняя гимнастика	10	10	10	10	10
Физкультурные минутки	5	10	5	5	5
Физкультурные занятия			25		25
Музыкальные занятия	25			25	
Лечебная физкультура	25				
Прогулка: подвижные игры, спортивные задания	10	30	20	20	20
Бодрящая гимнастика после сна, массажные дорожки	10	10	10	10	10
Организованная двигательная деятельность детей на вечерней прогулке (подвижная или спортивная игра)	10	20	20	20	20
Время всего	95	85	90	90	90

Всего 7 часов 30 мин

Физкультурный досуг-1 раз в месяц (25 мин)
Музыкальные развлечения-1 раз в месяц (25 мин)
Спортивные праздники 2 раза в год (по 25 мин)